ARTICOLO DI ELEARNINGNEWS

Year 5 - number 165 Wednesday 30 june 2021

3 modi per mantenere alta la motivazione - Infografica

Portare a termine i progetti e la formazione, mantenendo sempre alta la concentrazione è importante e non scontato, soprattutto dopo un anno di pandemia.

Cosa accomuna diverse professioni per quanto concerne l'ottenimento di risultati e l'amore per il proprio lavoro? La **motivazione**, ecco il motore da cui parte sempre tutto.

Ecco 3 modi per rimanere motivati:

1. Chi ben comincia è a metà dell'opera

Guardando indietro, riesci ad individuare dei progetti che avresti voluto iniziare, ma per cui hai perso la motivazione ancora prima di iniziare? E' un'esperienza comune a molte persone.
Ma perché succede? Di solito è perchè prima di iniziare un progetto, si riflette troppo su tutte le cose che di dovrebbero fare e al tempo che porterebbero via. Questi pensieri possono far nascere preoccupazioni sulla pazienza necessaria a completare il progetto, sull'esito dello stesso e sulla possibilità di non portarlo a termine con successo. E le preoccupazioni possono portare ad un blocco, a gettare la spugna ancora prima di iniziare.
L'approccio più intelligente è quello di iniziare, anche se hai la certezza di quale direzione prenderà il progetto, e fare un passo per volta, affrontando un problema alla volta con concentrazione.

2. Affrontare le cose di persona

Dopo aver iniziato un progetto, dagli attenzioni, sii presente in prima linea.

3. Segui i tuoi progressi

Per mantenere alta la motivazione è importantissimo tracciare i tuoi progressi. Basta anche solo un documento per tenere traccia di tutto ciò che stai facendo o, nella formazione online, iil risultato dei test o statistiche sullo stato di avanzamento della fruizione.